



Øl som smagsgiver i mad

Snitkjær, Pia

Published in:
Nyt fra Bryggeriforeningen

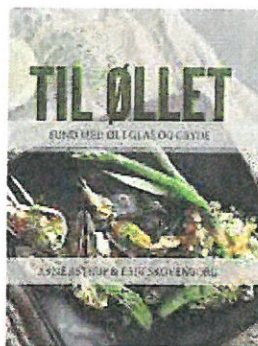
Publication date:
2017

Document version
Også kaldet Forlagets PDF

Citation for published version (APA):
Snitkjær, P. (2017). Øl som smagsgiver i mad. *Nyt fra Bryggeriforeningen*, (April 2017), 10-11.
<http://ipaper.ipapercms.dk/Bryggerigruppen/NytfraBF/nbf-april-2017/>

Øl som smagsgiver i mad

Resultaterne fra studiet indgår i læge Erik Skovenborg og professor Arne Astrups bog "Til Øllet"



Postdoc Pia Snitkjær

I forsøgskøkkenet på Institut for Fødevarevidenskab i København har post doc Pia Snitkjær sammen med en række andre forskere svunget adskillige gryder og tilsat utallige liter øl til serier af madretter i løbet af foråret og sommeren 2016.

Hensigten har blandt andet været at finde ud af, om det er forsvarligt at bruge øl som ingrediens i mad, uden at sultne familiemedlemmer eller gæster behøver at frygte en utilsigtet brandert efter middagen. Svaret er blevet et rungende ja sammen med en generel anbefaling af nye og lækre smagsoplevelser med øl.

ØL I MAD FREM FOR VIN

Det endelige resultat af forskningen fastslår blandt andet, at har man lyst til at eksperimentere med alkohol i madlavning, men

foretrækker så lidt alkohol i blodet som muligt, bør man vælge øl i maden, frem for vin. Dog vil forskellen være ubetydelig hvis retten har simret i for eksempel tre timer.

– Øl har hidtil været en noget overset ingrediens i mad, men kan virkelig anbefales som en lækker ny smagskvalitet i varme-tilberedte retter, fortæller forsøgsleder Pia Snitkjær, der har udført forsøgene med øl i mad sammen med blandt andre lægerne og ernæringseksperterne Erik Skovenborg og Arne Astrup. Herudover har forskerne Jens Risbo fra Institut for Fødevarevidenskab samt Morten Georg Jensen og Lene Mølskov Bech fra Carlsberg deltaget.

SPIS BARE LØS

– Den gode nyhed er, at du kan spise løs af øl-retterne uden at frygte for at miste kortet, hvis du efter middagen skal ud at køre bil.

– Du kan også sagtens spise madretter, tilberedt med øl, selv om du er gravid. Og skulle du have religiøse skrumpel omkring niveauet af alkohol i en øl-ret, kan kokken under tilberedningen sørge for, at slutresultatet stort set bliver alkoholfrit, fortæller Pia Snitkjær.

– Alkoholkoncentrationen i den færdige

ret er i det hele taget meget afhængig af tilberedningen, understreger hun.

TRE METODER TIL AT OPNÅ NÆSTEN ALKOHOLFRI ØL-RET

Niveauet af alkohol afhænger nemlig af tre forhold:

- Hvor meget alkohol tilsættes fra start?
- Hvor længe koges retten ved hvor høj temperatur?
- Og i hvor høj grad bruger kokken låg under tilberedningen?

Da de fleste øl har et lavere indhold af alkohol end vin, får den færdige madret også et lavere slutindhold af alkohol, i forhold til at blande vin i maden. Samtidig kan kokken mindske alkohollniveauet til nær nul ved at koge madretten ned til cirka en tredjedel af rettens startvolumen. Det kan ske ved enten at lade maden simre i længere tid ved lav temperatur eller ved at give fuld gas og koge retten hurtigt ned. Jo længere man koger retten, des mindre er koncentrationen af alkohol.

Endelig hjælper det at bruge låg, fordi en stor del af rettens indhold af vand kondenserer på grydelåget, hvorimod alkohol under nedkogningen lettere fordamper og forsvinder.



– Nøjagtig som, når man destillerer, forklarer Pia Snitkjær.

– Omvendt kan man som kok opnå en lidt højere alkoholkoncentration ved at nedkøle mindre og ved ikke at bruge låg på gryden, siger hun og beroliger med, at koncentrationen af alkohol ved normal tilberedning og efter indtagelse af normale portioner næppe kan komme op på et niveau, hvor nogen bliver påvirket.

BITTERSTOFFER SOM KRYDDERI

Et af undersøgelsens øvrige resultater er, at der ofte er stor forskel på den alkoholkoncentration, man kan regne sig frem til, baseret på opskrifter og den faktiske koncentration i den færdige madret. Det skyldes tabet af alkohol under varmebehandlingen.

– I en ret som braiseret oksekød, tilberedt tre timer i ovn eller i øl-marinerede ben, viste forsøgene, at der næsten intet alkohol var tilbage. Derimod indeholdt en ret som gulerodssuppe, kogt i 15 minutter, en alkoholkoncentration på 0,64 vol. %, fortæller Pia Snitkjær.

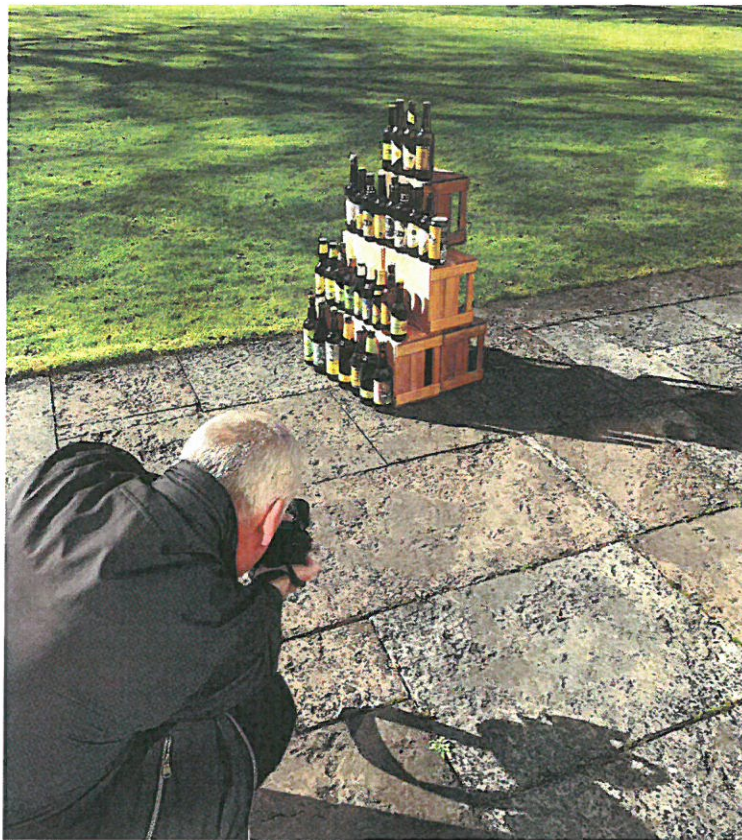
Samtidig afslørede forsøgene et overraskende højt indhold af alkohol i brød, fordi dejen – udover, at blive krydret med øl – indeholdt gær, der også producerer alkohol. Forskerne opdagede også, at brødet alkoholkoncentration kun faldt meget svagt under bagning, sammenlignet med kogning af de flydende retter.

Særligt rugbrød, bagt med porter overraskede med en relativt høj alkoholkoncentration på 2,48 vol. %, svarende til 1,12 gram alkohol pr. skive brød. Et forsøg med øl i pandekager viste et alkohollindhold på 0,06 gram pr. pandekage.

Forsøgsmålingerne skal ses i lyset af, at en genstand indeholder hele 12 gram alkohol. Og den koncentration kom ingen af madeksperimenterne i nærheden af.

Pia Snitkjær forklarer, at aromastofferne (dem vi kan lugte) i nogen grad forsvinder under tilberedningen af mad, mens andre af øllets smagsstoffer (fx de såkaldte bitterstoffer) lejr sig i maden.

– Som et spændende og velsmagende krydderi i den færdige øl-ret.



Fotograf
Flemming Effersøe
på arbejde
(Foto: Per Sten
Nielsen)

De lyse tiders øl

Påskeøl er ligesom juleøl en fast del af en lang, dansk tradition.

AF CHRISTIAN ANDRSEN

Foråret og fridagene i påsken er en fejring af de lyse tider – og de lyse øl.

I mere end 100 år har de danske bryggerier bidraget med at fejre foråret og påsken med øl, og i dag er der flere forskellige påskeøl at vælge imellem end nogensinde før, fordi det stadigt stigende antal danske bryggerier bidrager med nye påskeøl.

Ligesom julens mest populære øltype er påskebryg ofte også bock øl, men bare lysere, mildere i smagen, lavere i alkohol og med færre smagsgivere.

Traditionen med påskeøl kom nærmest til Danmark ad omveje.

Munke fra Paulaner-ordenen i München har i næsten 400 år brygget deres legendarske Salvator, som var og er en dobbelt bock. Den stærke og fyldige øl blev betegnet som 'flydende brød' og fungerede som sådan for munkene i de 40 dages faste op til påsken.

Da øllen blev frigivet til offentligheden i blev den så populær i slutningen af 1800-tallet, at de danske bryggerier tænkte, "so ein Ding muss ich auch haben".

Carlsberg lancerede hermed den første

Salvator-agtige påskeøl i 1905, året efter sendte Tuborg en påskebryg på markedet og resten er P-dag og historie.

LESS IS MORE

I dag er det tæt på at være et mantra for mange danske bryggerier, at de skal producere nye og grænsesøgende øl.

Det er derfor nærmest modigt for bryggerne at holde fast i traditionerne, men det er i det store hele, hvad de danske påskebryg gør.

En påskebryg er en øl, som sætter en lyd i less is more, og det står hermed i kontrast til tidens hovedtendens, hvor 'more' er mere.

Bock øllet er således stadig påskebordets mest populære øl, men flere og flere nye typer øl sniger sig ind, dog alle lyse i farven.

ØL TIL PÅSKEBORDET

De nye typer øl, som supplerer bock øllet og er en berigelse for parringen af øl og mad til påskefrokosterne, er især pale ale, india pale ale, lys engelsk ale, saison øl og hvede øl.

Prøv fx en hvede øl til den marinerede sild og en india pale ale til karry silden. Til æggeretterne er hvede øl og saison øl ofte et godt valg. Til de fleste af de kødbaserede retter, især med svinekød og lammekød, må de andre øltyper dog bøje sig for bock øllet, som er den mest velegnede øltype.